



芝加哥儿童超重盛行率

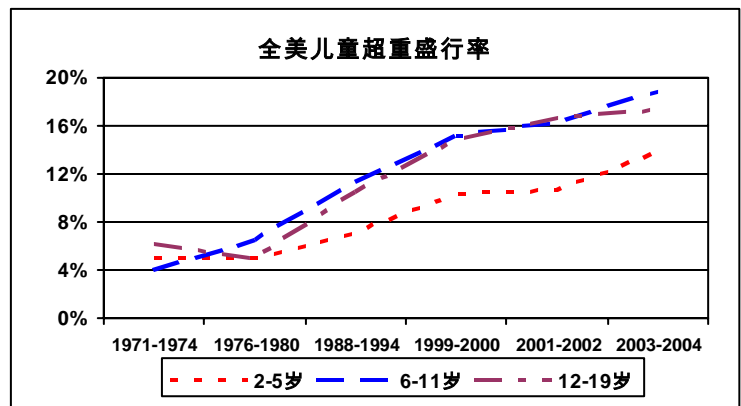
本资料便览概述有关美国、伊利诺斯州及芝加哥超重或肥胖儿童百分比（盛行率）的状况。本资料便览还提供了如何应对本地问题的想法。

就 2-18 岁的儿童而言，体重状况以各年龄及性别的体质指数(BMI)百分点为依据。* BMI 位于或高于第 95 个百分点的儿童属于 **超重**。BMI 介于第 85-94 个百分点的儿童有 **超重风险**。超重儿童可能面临的健康后果包括早期高血压、2 型糖尿病和心脏病。

* BMI 是一个将体重与身高相比的测量指标（公式是 $[\text{体重}(\text{公斤}) / \text{身高}(\text{米})^2]$ ）。百分点表示儿童与其他同龄同性儿童相比的状况。所以，如果一名儿童的 BMI 位于第 95 个百分点，那么在每 100 名相似的儿童中，该名儿童的 BMI 高于 94 名儿童。而如果一名儿童的 BMI 位于第 85 个百分点，那么在每 100 名相似的儿童中，该名儿童的 BMI 高于 84 名儿童。

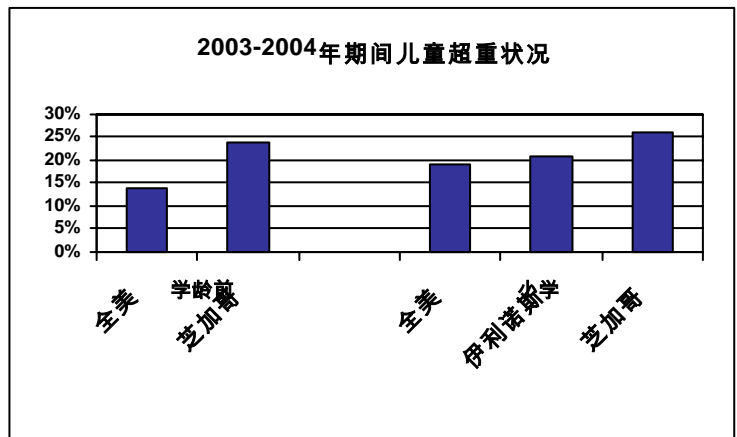
如今，超重的儿童在增多

最近几年，儿童超重状况在日益加剧。此图表表明，1999-2004 年期间，在美国，超重或有超重风险的儿童比例在增高。（资料来源：Ogden et al, 2002; Ogden et al, 2006）



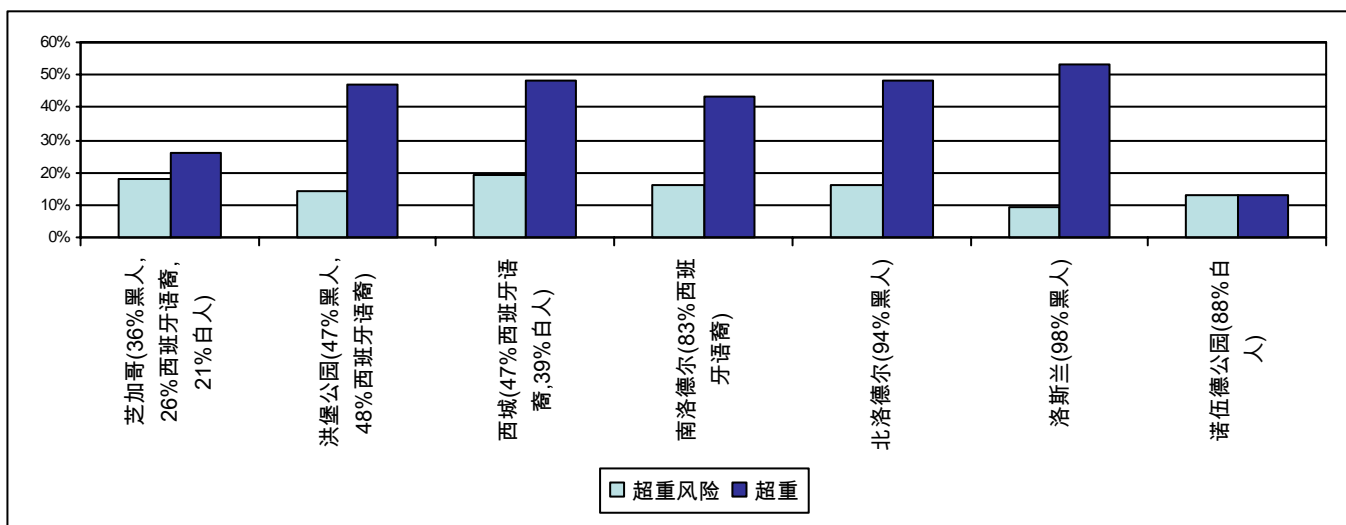
芝加哥超重儿童更多

在芝加哥，超重或有超重风险的儿童比例高于全美水平或伊利诺斯全州的水平。（资料来源：Ogden et al, 2006; Mason et al, 2006; IDPH, 2006）



芝加哥儿童超重状况因所在区域而异

居住在芝加哥有色人种低收入社区的儿童，更有可能超重。（资料来源：Whitman et al, 2004）



什么原因造成儿童超重？

简单地说，儿童吃进去的热量多于他们在身体活动（玩耍和运动）中消耗的热量，就会超重。这解释起来容易，但要改变却很难，原因是其中涉及许多因素。水果和蔬菜等食物可能比较昂贵，或者在某些社区无法取得。由于交通或犯罪状况，可能难以找到能让儿童在户外安全玩耍的地方。有些社区很少为家庭和儿童提供经济实惠的健康生活方式计划。当我们认识到这些因素和其他因素时，我们就能开始应对这些因素，并为家庭提供便利，帮助儿童达到更好的热量平衡，从而使更多的儿童能正常成长，达到正常的体重。

我们能对此做些什么？

向儿童和家庭讲授健康饮食和身体活动的道理是必要的，但还不够。我们还需要在儿童度过大量时光的场所，即学校和日托环境中，做出改变，促进健康的饮食和充分的身体活动。社区需要增加健康饮食和活动的选择，改变现状，支援家庭。公共政策的改变能为当地计划提供资源和指引，帮助社区做出这些改变。

如需更多资讯及资源来支援这些重要改变，请浏览 CLOCC 的网站，网址是：www.clocc.net。

1. Healthy Smiles Healthy Growth, 2003-2004. Springfield, IL; Illinois Department of Public Health (IDPH), 2006.
2. Mason M, Meleedy-Rey P, Kaufer Christoffel K, Longjohn M, Garcia MP, Ashlaw C. Prevalence of overweight and risk of overweight among 3- to 5-year-old Chicago children, 2002-2003. *J Sch Health* 2006; 76(3): 104-110
3. Ogden CL, Flegal KM, Carroll MD, Johnson CL. Prevalence and trends in overweight among US children and adolescents, 1999-2000. *JAMA* 2002; 288(14):1728-1732.
4. Ogden CL, Carroll MD, Curtin LR, McDowell MA, Tabak CJ, Flegal KM. Prevalence of overweight and obesity in the United States, 1999-2004. *JAMA* 2006; 295(13):1549-1555.
5. National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES III) 1988-1994. Centers for Disease Control and Prevention (CDC).
6. Whitman S, Williams C, Shah A. Sinai Health System's Community Health Survey: Report 1. Chicago, IL: Sinai Health System, 2004. Available at <http://www.sinai.org/urban/publications/FINAL%20Report%201%20v3.pdf>, accessed 5 Sept, 2006.